



# ほけんだより 7月

H29.07.18  
平一小 No.3  
文責 小野

あつという間に1学期も終わり、いよいよ夏休みです。

夏休み中は、早寝早起きなどの規則正しい生活をして、暑さに負けない体づくりをしましょう。また、夏休み中は交通事故や水の事故などが多くなる時でもあります。一人一人が決まりを守って、けがなく元気に、楽しい夏休みを過ごしましょう。

## 暑さに負けない からだをつくろう



早寝早起きで  
リズムのある生活を

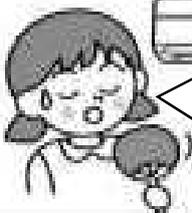


冷たいもの  
とりすぎに注意!

食事は3食、  
しっかりとろう



外に出るときは  
帽子を忘れずに!  
日焼け止めもぬろう!



クーラーにたより  
すぎないように!  
夏の暑さに慣れよう

やっぱり基本!  
手洗い・うがい



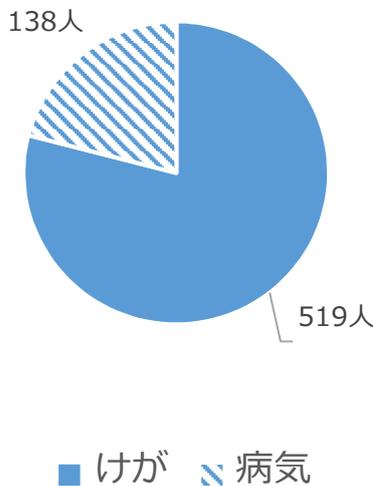
## こんな日は熱中症に注意!



こまめな水分補給と、涼しい場所での休憩を心がけましょう!

がっき ほけんしつりようじょうきよう  
＜1学期の保健室利用状況＞

4月6日～7月13日現在



ほけんしつ きりゆう  
《保健室に来た理由》

きず きん だぼく  
すり傷…217人、打撲（ぶつけた）…105人

ずつう きん きち わる  
頭痛…63人、気持ちが悪い…52人

らいしつごうけい きん にちへいきん  
来室合計 657人、1日平均 9.7人

さくねんど おな じま くら ひと  
昨年度の同じ時期に比べてけがをした人が 100人  
いじょうおお けっか なつやす ちゅう がっき  
以上多い結果でした。夏休み中も、2学期からも、  
けがをせずに生活できるように気をつけていきま  
しょう。

保護者の皆様へ

＜受診・治療状況＞

\* 歯科検診 33%（178人中 59人受診）

\* 視力検査 48%（164人中 79人受診）

1学期に実施した健康診断の結果を順次配付しました。何か異常があつて受診や治療を勧められた場合には、医療機関を受診するようお願いいたします。夏休みは受診・治療のチャンスです。夏休みの間にしっかり治療をして、子どもたちが2学期から健康な体で元気に登校できるようにご協力をお願いします。また、受診した際には、配付した結果のプリントに必要事項をご記入の上、2学期が始まりましたら担任までご提出をお願いいたします。